

Naturheilmittel helfen bei Erkältungskrankheiten

ZQP-Ratgeber gibt wichtige Praxistipps zum Einsatz von Naturheilverfahren in der Pflege

Berlin, 2. November 2016. Die kalte Jahreszeit kann die Gesundheit pflegebedürftiger Menschen besonders belasten. Da sind beispielsweise deutlich erhöhte Atemwegsinfektionen als Menschen, die jung und mobil sind, denn ihr Immunsystem ist weniger stark. Bei Pflegebedürftigen sollten Symptome wie Husten und Fieber daher immer ernst genommen werden. Ärztlicher Rat sollte frühzeitig eingeholt werden, damit Krankheiten erkannt, behandelt und Komplikationen – etwa eine Lungenentzündung – vermieden werden können. Aber nicht nur der Arzt, auch Pflegerinnen können wirksam unterstützen. Beschwerden lindern und den Krankheitsverlauf verlangsamen. Zum Beispiel mit Naturheilmitteln – allerdings in der richtigen Einsatzausstattung.

Um pflegenden Angehörigen hierzu qualitativ hochwertige Informationen an die Hand zu geben, hat das ZQP gemeinsam mit der Charité-Universitätsmedizin einen Ratgeber entwickelt. Er hat eine Reihe von Tipps für die Anwendung von Naturheilverfahren bei typischen Pflegeproblemen bereit, so auch bei Husten und Fieber. Daneben weist die Broschüre auf Risiken bei der Anwendung von Naturheilmitteln hin. Pflanzliche Arzneien können zum Beispiel unerwünschte Nebenwirkungen auslösen. Kübelanwendungen sind nicht geeignet bei akuten Herz-Kreislaufr-Problemen, kalte Umschläge oder Fäden, wenn empfindliche Blau- oder Durchblutungsstörungen, bei Empfindungen, Schwellungen, Nerven- oder Muskelerkrankungen mit Fäden ist auf Blasenentzündungen zu verzichten.

Naturheilmittel können, wenn sie richtig angewendet werden, Beschwerden vorbeugen oder lindern, zum Teil sogar heilen. Aber die Möglichkeiten sind begrenzt, und ein unangemessener, nicht angelegter Einsatz kann sogar schaden. Umso wichtiger ist es, pflegenden Angehörigen einen praktischen Ratgeber an die Hand zu geben, der den wirksamen und sicheren Einsatz von Naturheilmitteln ermöglicht, erklärt Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des ZQP.

Zur Vorbeugung von Atemwegsinfektionen ist es wichtig, der trockenen Heizungsluft im Winter entgegenzuwirken und die Schimmelsporen feucht zu halten. Bei Husten eignet sich Tee. Thymianöl, der schleimlösend wirkt. Richtig angelegte warme Brustwickel erleichtern das Atmen. Gegen Fieber helfen Weidenrinde und Malvaöl. Sie enthalten Salicylatoen, die der Acetylsalicylsäure (ASS) ähnlich sind und fiebersenkend wirken. Die Anwendung sollte mit dem Arzt abgestimmt werden. Zudem sollten fiebersenkende Wirkmittel nicht bei Fieber oder Schüttelfrost, kalten Gliedern und Fäden, Herzmuskelproblemen oder einer hochsensiblen Erkrankung gegeben werden.

Alle Empfehlungen sind ohne großen Aufwand in Pflegealltag umsetzbar und basieren auf aktuellen Fachwissen. Sie ersetzen allerdings keinesfalls ärztlichen oder fachspezifischen Rat. Schwere Krankheiten und akute lebensbedrohliche Zustände erfordern grundsätzlich sofortige umfassende medizinische Behandlung.

- Weitere Informationen zum Ratgeber 'Natürliche Heilmittel und Anwendungen für pflegebedürftige Menschen' finden Sie auf www.zqp.de
- Bestellungen der kostenlosen Printausgabe richten Sie bitte an zqp@zqp.de

Quelle: Zentrum für Qualität in der Pflege, © 11.2016 (ZQP)